



FILET DE POISSON Sauce vin blanc	TAGLIATELLES A l'encre de seiche
<p><u>Ingrédients (6 personnes) :</u></p> <p>Filet de poisson 900 gr</p> <p>Fumet : Arêtes 1 kg - beurre 50 gr - échalotes 60 gr Poireau 80 gr - carotte 80 gr - vin blanc 3 dl - bouquet garni 1 -</p> <p>Court- mouillement : Beurre 50 gr - échalotes 60 gr - vin blanc 1,5 dl - sel - poivre - PM</p> <p>Sauce garniture : Beurre 50 gr - crème 1,5 dl - tomates cerises 18 pièces - huile d'olive 5 cl - sel - poivre PM</p> <p><u>Techniques :</u></p> <ul style="list-style-type: none">- détailler le filet de poisson en portions de 150 gr (cabillaud, lieu, barbu, colin ...)- réaliser le fumet (voir fiche technique atelier précédent)- rôtir les tomates : plaquer avec l'huile d'olive, saler, poivrer, passer au four à 150 ° quelques minutes et relever la peau sur les tomates. <p>Pochage des filets :</p> <ul style="list-style-type: none">- beurrer, saler, poivrer une plaque à rôtir, parsemer d'échalotes ciselées, plaquer les filets, mouiller au 2/3 tiers avec le fumet et vin blanc et recouvrir d'un papier sulfurisé beurré- porter à frémissement sur le feu et pocher au four à 180°C environ 10 à 15 min en fonction de l'épaisseur du filet <p>confectionner la sauce :</p> <p>En fin de cuisson, passer le fumet au chinois, réduire au 2/3 à feu vif, crémier, réduire à nouveau (la sauce doit napper la cuillère), monter au beurre.</p> <p>Dressage :</p> <p>Sur assiette, disposer le filet de poisson, napper de sauce, décorer avec les tomates rôties et les tagliatelles.</p>	<p><u>Ingrédients (6 personnes)</u></p> <p>Farine 500 gr Œufs 5 Huile d'olive 5 cl Encre de seiche Beurre 30 gr Sel - PM pour eau de cuisson</p> <p><u>Technique :</u></p> <ul style="list-style-type: none">- mélanger dans une calotte farine, œufs, huile, et encre de seiche.- ne pas trop travailler la pâte ce qui la rendrait trop élastique.- faire une boule, filmer et laisser repose 30 min au frigo.- abaisser la pâte au laminoir ou au rouleau le plus finement possible.- laisser légèrement sécher- détailler en tagliatelles avec la grille adaptée ou le couteau- fariner et étaler sur un papier sulfurisé sans trop superposer ; laisser sécher à nouveau.- cuire à l'eau bouillante salée quelques minutes, égoutter et lier au beurre. <p>On peut râper un peu de citron sur le dessus.</p>